

HÅLLBART LEDARSKAP COACH RETENTION

7.5 högskolepoäng - 7.5 credits

Kurskod: FAHLED

Nivå: Grundnivå

Huvudområde: Idrott/idrottsvetenskap

Fördjupningsgrad: G1F

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämne: Tränarskap

Fastställd av: Institutionen för fysiologi, nutrition och biomekanik 2021-06-02

Version: 1

Gäller från: Vårterminen 2022

Särskild behörighet

Minst 30 hp avklarade kurser inom idrottsvetenskap eller minst två (2) års dokumenterad yrkeserfarenhet från idrottsrörelsen.

Lärandemål

Studenten skall kunna:

- visa grundläggande förståelse för coachens situation ur ett stress- och återhämtningsperspektiv,
- problematisera hur coachens kontext påverkar förutsättningar för ett hållbart ledarskap,
- tillämpa enkla reflektionsmetoder med syfte att främja ett hållbart ledarskap.

Innehåll

- hållbart ledarskap på lång sikt,
- hållbart ledarskap under mästerskap,
- prevention av stressrelaterad problematik,
- främja återhämtning, vitalitet och välbefinnande,
- reflektionsdagbok,
- coachens situation och behov,
- tillämpat fördjupningsarbete.

Progression

Utifrån de kunskaper studenten har erhållit genom tidigare yrkeserfarenhet sker en vidareutveckling av vetenskapligt baserad kunskap och specialisering mot specialidrotten med fokus på ett hållbart ledarskap och coachning i samband med mästerskap.

Examination

Kurskrav

Obligatoriskt att genomföra en reflektionsdagbok samt obligatoriska artikelseminarium under kursens genomförande.

Examinationsformer

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Hållbart ledarskap, 7.5 hp

Coach retention, 7.5 credits

- reflektionsövning samt skriftligt paper,
- projektarbete och muntlig presentation.

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

Betyg

Som betyg på kursen används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt. Senast i samband med kursstart skall studenterna få preciserade kriterier för respektive betygsnivå. Betyg ska vara rapporterat i Ladok senast tre veckor efter avslutad kurs.

Examinationerna avläggs under kursens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i kurspromemorian som studenten får i och med kursstart. Omtentamenstillfällen anordnas tidigast tre veckor efter kursens slut, och när kursen ges vid nästa tillfälle.

Studentinflytande och kursvärdering

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering.

Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraaktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

Undervisningsform

Undervisningen bedrivs i form av föreläsningar, seminarier, litteraturstudier, projektarbeten och praktiska övningar. Undervisningen sker både i helklass och i mindre grupper. Delar av undervisningen förutsätter aktiv närvaro av studenterna. Inom ramen för arbetet sker kopplingar till aktuell forskning.

Litteratur och övriga läromedel

Gäller hela kursen

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Obligatorisk - välj ett minimum av 6 artiklar samt ett bokkapitel bland följande:

Fletcher, D & Scott, M. (2010). Psychological stress in sport coaches: A review of concepts, research and practice. *Journal of Sport Sciences*, 2, 127-137.

Giges, B., Petitpas, A., & Vernacchia, R. (2004). Helping coaches meet their own needs: Challenges for the sport psychology consultant. *Sport Psychologist*, 18, 430-444.

Raedeke, T.D., & Kenttä, G. (2013). Coach burnout. In: P. Potrac., W. Gilbert., & J. Denison (Eds.), *Handbook of sports coaching* (pp. 424-435). London, England: Routledge, Taylor & Francis Group.

Ekstedt, M., & Kenttä, G. (2011). Återhämnings självklart för elitidrottare, men inte för yrkesarbetare. *Läkartidningen*, 36, 1684-1687.

Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D., & Harwood, C. (2007). Burnout in sports: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 21, 127-151.

Hjälms, S., Kenttä, G., Hassmén, P., & Gustafsson, H. (2007). Burnout among elite soccer coaches. *Journal of Sport Behavior*, 4, 415-427

Kenttä, G. (2011). Vem bryr sig om coachen? *Svensk Idrottsforskning*, 2, 31-33.

Price, M. S., & Weiss, M. R. (2000). Relationships among coach burnout, coach behaviors, and athletes psychological responses. *The Sport Psychologist*, 14, 391-409.

Raedeke, T.D., Granzkyk, T.L., & Warren, A.H. (2000). Why coaches experience burnout: A commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 22, 85-105.

Tashman, L., Tenenbaum, G., & Eklund, R. (2010). The effect of perceived stress on the relationship between perfectionism and burnout in coaches. *Anxiety, Stress, and Coping*, 23, 195-212.

Olusoga, P., Butt, J., Maynard, I., & Hays, K. (2010). Stress and coping: A study of world class coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22, 274-293.

Bentzen, M., Lemyre, P. N., & Kenttä, G. (2015a). The process of burnout among professional sport coaches explored through the lens of Self-determination theory: A qualitative approach. *Sports Coaching Review*, 101-116.